8

Je reste avec toi



Cartes en main

Introduction

Cette carte fait partie d'une série *Cartes en main* conçue par le groupe *GRÉCOS (Groupe de réflexion et de communication sur la séropositivité)*. À travers ces quelques pages, des personnes séropositives souhaitent faire passer un message à d'autres personnes touchées par le VIH: messages d'information, paroles de soutien ou image qui se veut symbole d'espoir.

Contexte

Cette carte en main est une carte spéciale. Elle a été offerte, telle une «carte blanche», par les membres du GRÉCOS aux jeunes. Quatre jeunes adultes, confrontés et vivant avec le VIH, ont répondu à cette proposition.

Pendant quelques mercredis après-midi, ils se sont réunis pour partager leurs expériences et discuter des messages les plus importants à transmettre à travers une Carte en main.

Mode d'emploi

Les jeunes auteurs de cette *Carte en main* ont voulu s'adresser à d'autres jeunes, ceux qui comme eux vivent avec le virus et se posent plein de questions, principalement sur la gestion de leur relation aux autres : les amis, la famille, les tantines, le directeur d'école ou le patron. Vont-ils rester avec eux ou les rejeter ?

Les auteurs ont aussi souhaité s'adresser aux jeunes en général, car ce qui ne cesse de les frapper est l'indifférence des autres jeunes, comme si le sida ne les concernait pas. C'est faux. La double page intérieure est donc davantage écrite à leur intention.

Août 2009

Dis-toi que …

- « Se respecter soi-même, c’est accepter de se battre pour soi. »
- « On peut avoir une vie comme tous les autres. »
- « Refuser de se soigner, c’est la pire des décisions. »
- « Au moins, tu peux encore avoir des enfants, alors qu’avec d’autres maladies cela est tout simplement impossible. »
- « On ne peut pas s’exclure de la société parce qu’on est séropositif ! J’ai accepté ma séropositivité et je ne m’exclus pas du monde. »

À propos des copains et de l’entourage

- « Les vrais amis t’acceptent comme tu es, jusqu’au bout. »
- « Moi, je me suis choisi une famille de vrais amis. Il ya ceux que j’ai perdus, et ceux qui sont devenus des vrais amis. »
- « Il ya des jeunes qui ne sentent pas concernés, alors que tout le monde est concerné. »
- « Quand quelqu’un est médisant, souvent c’est qu’il ou elle est malheureux(se) ; les gens bien dans leur peau ne font pas de ragots. »

À propos de la famille et des proches

- Il est préférable d’attendre le bon moment avant d’annoncer sa séropositivité à un proche.
- Les gens de ta famille : comment leur dire sans leur faire du mal, sans les choquer ? Il leur faut parfois du temps pour comprendre que les choses ont évolué.
- Et puis, il y a aussi les proches à qui on n’a rien dit, mais c’est pour ne pas leur faire de peine, pour les protéger. Il y a parfois des membres de ta famille qui se font plus de soucis que toi pour la maladie.
- « Moi, j’espère que ma petite sœur ne va pas choper ça ! »

De manière générale

- Cherche à être encadré(e) par des spécialistes qui t’aident à trouver les bonnes réponses et, s’il le faut, les bonnes manières d’en parler selon les circonstances.

Ces badges et slogans ont été écrits par des jeunes comme toi, qui savent bien que le VIH/sida existe car ils vivent avec !

Méfie-toi des ragots ! Informe-toi auprès de sources fiables.

Sérodiscordants ? Et alors ? Pas de catastrophe en se protégeant.

Surcontamination, non merci !

Te sauver, ça tu sais faire !!!

Ceux qui médisent ne sont pas heureux.

Toi mon toit.

✂ *Découpe ton badge et porte leurs messages de prévention autour de toi !*



T'es séropositif (ve) ? Tu restes mon ami(e).

La négligence nuit à l'amour.

L'urgence, c'est l'info !

Ma tête ne te plaît pas ? Va te faire informer !

Dis-moi où s'arrête ta tolérance, je te dirai qui je suis.

Contacts utiles

Les centres de référence sida* sont spécialisés dans la prise en charge des personnes vivant avec le VIH.

Hôpital St Pierre, CETIM	02 535 31 77
Hôpital Erasme, UTI	02 555 45 36
Cliniques universitaires St Luc	02 764 21 57
CHU de Liège	04 270 31 90
CHU de Charleroi	071 92 23 06
Équipe de référence CPSA de Namur	0479 32 63 10

Les associations de prévention sida/IST sont là pour t'aider, t'écouter sans juger et t'orienter en fonction de tes questions.

Plate-Forme Préventions Sida (public général)	02 733 72 99
Ex Æquo (jeunes homosexuels)	02 736 28 61
Siréas (prévention sida/ IST migrants)	02 502 36 76
Modus Vivendi (usagers de drogues)	02 644 22 00
Sid'Action - Liège	04 349 51 42
Sida-IST Charleroi - Mons	071 92 54 11
CPSA de Namur	081 72 16 20

Pour toutes questions sur le sida ou un soutien psychologique aux personnes séropositives et malades.
Aide Info Sida (de 18h00 à 21h00 en semaine) 0800 20 210

Internet

Tu te poses des questions sur ta sexualité, la contraception ou les infections sexuellement transmissibles ?
Tu trouveras des réponses sur www.loveattitude.be . Tu y trouveras aussi l'adresse d'un planning familial près de chez toi.

À lire (ou télécharger sur www.preventionsida.org)

Les IST (Infections Sexuellement Transmissibles) : une brochure de prévention sur les IST, leurs modes de transmission, de protection et de dépistage, ainsi qu'une série de contacts utiles.

Soyons K-potes, guide pratique : une brochure mettant en avant les « instants de vie » et les moments de vulnérabilité des jeunes vis-à-vis des IST/sida.

Pour en parler anonymement
sur Internet : www.hivmix.be, un site web pour les personnes séropositives, leurs ami(e)s et familles.

Pour plus d'information sur la collection *Cartes en main* ou le GRÉCOS, contactez la Plate-Forme Prévention Sida, Tél. : 02 733 72 99 ou e-mail : info@preventionsida.org.

Cette série ***Cartes en main*** a pu être réalisée grâce au soutien des laboratoires pharmaceutiques suivants: Abbott, Boehringer Ingelheim, Bristol-Meyers Squibb, GlaxoSmithKline, Tibotec, a division of Janssen-Cilag, Merck Sharp & Dohme, Pfizer.

Merci aussi aux Docteurs Vincent et Legrand, et aux associations Ex Æquo, Sid'Action Pays de Liège et Siréas pour la relecture du document.

Merci également aux jeunes patients du CETIM du CHU de Saint-Pierre qui ont réalisé cette Carte en main, ainsi qu'au Dr Gennotte et à son équipe.

Une initiative soutenue par la Région wallonne, Direction générale de l'Action sociale et de la Santé.

RÉGION WALLONNE



Éditeur responsable : Thierry Martin, Plate-Forme Prévention Sida,
Rue Jourdan 151 à 1060 Bruxelles.
Mise en page : fb design - fbdesign@skynet.be